

## **Un nuovo servizio di informazione sui gruppi di auto-aiuto nella Svizzera italiana**

### **I gruppi di auto-aiuto**

Un gruppo di auto-aiuto è formato da persone confrontate a situazioni di vita simili: una malattia, un disagio psichico, una dipendenza, un handicap, difficoltà familiari o educative oppure per il fatto di aver vissuto uno stesso evento. Queste persone si ritrovano a ritmo regolare per scambiarsi esperienze e offrirsi sostegno reciproco sia a livello morale che pratico. Il fatto di potersi scambiare informazioni sul modo di affrontare un problema, constatare che la propria esperienza può essere utile ad un altro, sentirsi compresi ed accolti nel proprio disagio, sono fattori che favoriscono le capacità e l'iniziativa personale e influenzano favorevolmente la qualità di vita e la salute delle persone. Per certe patologie, in particolare di tipo cronico, può essere molto utile conoscere l'esperienza di chi vive la stessa situazione e che ha già tentato varie terapie o ha sviluppato col tempo delle modalità per ridurre i disagi o imparare a convivervi. I gruppi di auto-aiuto stimolando la rete sociale di sostegno e favoriscono comportamenti improntati al senso di responsabilità.

In Svizzera sono stati censiti più di 2'000 gruppi per circa 300 problematiche diverse. Essi sono particolarmente attivi nella Svizzera interna, dove sono riconosciuti per la loro importante funzione complementare all'intervento professionale. La maggior parte dei cantoni svizzeri dispone di centri regionali di contatto che offrono informazione e consulenza, mettono in rete i gruppi tra loro e con i settori professionali, promuovono l'auto-aiuto presso l'opinione pubblica. Nella Svizzera italiana l'auto-aiuto risulta ancora poco conosciuto ma suscita un interesse crescente

### **Il progetto della CVS**

La Conferenza del volontariato sociale (CVS) che gestisce il Volontariato Infocentro di Lugano, grazie ai contatti e agli scambi che intrattiene a livello nazionale, è entrata in contatto con Kosch (Fondazione svizzera per la Promozione dell'auto-aiuto) interessata a trovare un partner in grado di fungere da punto di riferimento per i gruppi in Ticino. E' quindi stato elaborato un progetto sperimentale, sostenuto da Promozione salute svizzera, per creare una rete d'informazione e promozione dell'auto-aiuto nella Svizzera italiana. Il progetto si è svolto sull'arco di un anno e mezzo e ha permesso di recensire oltre 30 gruppi per 20 diverse tematiche. Sono stati contattati i responsabili dei gruppi per i quali si è organizzato un incontro per presentare il progetto e raccogliere reazioni ed attese. La visita ad alcuni centri di contatto nella Svizzera francese e tedesca ha permesso di raccogliere informazioni e documentazione. Nel frattempo è iniziato il lavoro di informazione delle persone che desideravano essere orientate verso i gruppi esistenti, come pure sono in corso di rilevazione le richieste per le quali non esiste ancora un gruppo.

La valutazione del progetto sperimentale è da considerarsi positiva: le reazioni favorevoli dei responsabili dei gruppi e le richieste che in questo periodo sono giunte da parte di persone toccate da problematiche le più diverse, evidenziano l'esigenza di poter disporre anche in Ticino di un centro di informazione e contatto sui gruppi di auto-aiuto.

## Obiettivi

- **Informare e orientare** le persone interessate verso gruppi esistenti
- **Promuovere l'auto-aiuto** quale risorsa per affrontare delle situazioni di vita difficili
- **Favorire gli scambi** tra servizi, istituzioni, associazioni e gruppi di auto-aiuto per facilitare la collaborazione e la valorizzazione dei gruppi quale risorsa complementare all'approccio professionale
- **Mettere in rete i gruppi** e offrire momenti di incontro e formazione per chi li anima
- **Rilevare** l'esigenza di eventuali nuovi gruppi che volessero costituirsi per fornire loro un sostegno adeguato

Un volantino informativo è ora a disposizione di tutti gli interessati: può essere scaricato direttamente dal sito [www.volontariato-sociale.ch](http://www.volontariato-sociale.ch) e verrà diffuso presso il servizi attivi sul territorio. Nel corso del mese di novembre 2007 è inoltre prevista una serata pubblica, rivolta ai gruppi, ai professionisti e a tutte le persone interessate per promuovere la conoscenza di questa importante risorsa.

## Informazioni :

Conferenza del volontariato sociale  
Via alla Campagna 9  
6900 Lugano  
tel. 091 970 20 11  
[www.volontariato-sociale.ch](http://www.volontariato-sociale.ch)

Lugano, luglio 2007